

MAŁOPOLSKA

Tradycje i zwyczaje



ms*IT*

Małopolski
System
Informacji
Turystycznej

MAŁOPOLSKA

Stolica regionu: Kraków

Większe miasta: Tarnów, Nowy Sącz, Oświęcim

Powierzchnia: 15 190 km² (ok. 5% powierzchni Polski)

Liczba mieszkańców: 3,28 mln osób (ok. 8% ludności Polski)

Krajobraz:

- najwyższy szczyt – Rysy: 2499 m n.p.m.
- góry – Tatry, Beskidy, Pieniny, Gorce
- pogórza – Pogórze Karpackie
- wyżyny – Wyżyna Krakowsko-Częstochowska
- niziny – dolina Wisły
- główne rzeki – Wisła, Dunajec, Poprad, Raba, Skawa, Biała
- zbiorniki wodne – Czorszyński, Rożnowski, Czchowski, Dobczycki, Klimkówka
- najwyżej położone, najczystsze jeziora – Morskie Oko, Czarny Staw, jeziora Doliny Pięciu Stawów Polskich
- największa i najgłębsza jaskinia – Jaskinia Wielka Śnieżna: ponad 22 km korytarzy, 824 m głębokości

Wydawca

Departament Turystyki, Sportu i Promocji
Urzędu Marszałkowskiego Województwa Małopolskiego,
Zespół ds. Regionalnego Systemu Informacji Turystycznej
ul. Basztowa 22, 31-156 Kraków
msit@malopolska.mw.gov.pl
www.visitmalopolska.pl

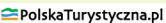
Tekst

Krzysztof Bzowski

Zdjęcia

P. Drożdżik, M. Flis, R. Korzeniowski, J. Michalczak, P. Mierniczak, A. Otrębski,
A. Pilch-Ziobroń, M. Zaręba, D. Zaród, archiwum iStockPhoto.com, archiwum UMWM;
R. Kularska-Król (rysunek)

Realizacja wydawnicza

Amistad Sp. z o.o. – Program 

ul. Stolarska 13/7, 31-043 Kraków

tel./faks: + 48 12 4229922

biuro@polskaturystyczna.pl, www.polskaturystyczna.pl

Kierownictwo produkcji: Agnieszka Błaszczak, Małgorzata Czopik

Koordinacja projektu: Katarzyna Thor

Koncepcja wydawnicza: Anna Niedźwieńska – kierownik projektu MSIT

Redakcja: Aurelia Hołubowska

Korekta: Agnieszka Szmuc

Projekt okładki, koncepcja graficzna: PART SA

Wykonanie map: Wydawnictwo Kartograficzne Daunpol sp. z o.o.

Skład, przygotowanie do druku: Michał Tincel

Kraków 2010, ISBN 978-83-61355-82-3

Autorzy i wydawcy publikacji starali się, aby jej tekst był rzetelny, nie mogą jednak wziąć odpowiedzialności za ewentualne zmiany, zaistniałe po terminie opracowywania materiałów do wydawnictwa.

Materiały przygotowywane na dzień: 29 października 2010 r.



MAŁOPOLSKA

Tradycje i zwyczaje



fot. D. Zaród

Wizyta w Małopolsce to okazja, by zobaczyć z bliska górali w tradycyjnych strojach: portkach z parzenicami, kapeluszu z piórem i w kierpcach. Można też przyrzyć się zawadziackim strojom krakowskim ze wspaniałym pawim piórkem przy czerwonej rogatywce oraz dziewczętom w połyskujących gorsetach i kwiecistych spódnicach. Ale nie tylko stroje ludowe, są przejawem tradycyjnej kultury ludowej w regionie. Oryginalne i wciąż kultywowane obyczaje związane ze świętami religijnymi, a także legendy i opowieści o dawnych dziejach oraz tajemnicach i strachach to część bogatego dziedzictwa kulturowego Małopolski. Tworzą je również wspaniałe regionalne produkty i powstające na ich bazie oryginalne potrawy.

Istniejąca wciąż kultura ludowa to najsilniejszy wyraz różnorodności Małopolski, w której każda część regionu ma swe specyficzne stroje, obyczaje, tradycje oraz potrawy i smakołyki.

www.visitmalopolska.pl

STROJE LUDOWE



Stroje ludowe

Któż nie zna stroju Krakowiaka, z dumnie noszonym na rogatywce pawim piórem, lub góralskiego kapelusza obwiedzonego muszelkami i też ozdobionego piórkami! Skrzące się cekinami gorsety i grube sznury koralu oraz kolorowe spódnice dziewcząt, misternie wyszyte parzenice na góralskich portkach – ludowe stroje w Małopolsce mienią się wyrazistymi barwami i zachwycają różnorodnością wzorów oraz ornamentów. Najbardziej znane są ubiory Krakowiaków z okolic Krakowa oraz górali podhalańskich, lecz nie są to jedyne rodzaje strojów ludowych w regionie. Odmiennie było tradycyjne odzienie Łemków i Rusinów z Beskidów Sądeckiego i Niskiego, inaczej także nosili się górale ze Spiszu czy Orawy, jak i Lachowie z ziemi sądeckiej.

Krakowiacy słyną z barwnych ubiorów. Na Strój męski składał się z białej płóciennej koszuli i pasiastych spodni (w czerwone prążki) wsuniętych w wysokie buty. Na to nakładano czarny lub ciemno granatowy kaftan ozdobiony czerwonymi chwastami i metalowymi kółkami, przepasany pasem, zaś na wierzch narzucano długą, wełnianą białą sukmanę z czerwonymi chwastami. Całość uzupełniało nakrycie głowy: kapelusz *celender* lub wełniana *magierka* (czapka), albo też, najczęściej kojarzona ze strojem krakowiaków, czerwona rogatywka z pawim piórem i kolorowymi wstążkami. Kobiety na białą, haftowaną bluzkę zakładały czarny lub granatowy gorsecik. Był to najbardziej ozdobny element stroju: z szerokimi kolorowymi taśmami, ozdobnymi haftami i guzikami. Kwiecista spódnica, przesłonięta tiulową, białą haftowaną zapaską, zakładana była na białą halkę, a na nogi kobiety przywdziewały wysokie buty. Strój mężatek uzupełniały chusty, a panny chadzały z odkrytymi włosami, najczęściej zaplecionymi w długi warkocz.



Lachowie zamieszkują dużą część Beskidów, a szczególnie ziemię sądecką. Ich strój, choć mało znany, jest bardzo oryginalny, stanowi bowiem (szczególnie u Lachów sądeckich) połączenie elementów stroju krakowskiego i góralskiego. Wyróżnia go niezwykła ozdobność i bogactwo ornamentów. Mężczyźni zakładali granatowe spodnie i kaftany obrzeżone szerokimi haftami, z licznymi mosiężnymi guzami i chwastami z kolorowej włóczki. Pod spodem noszono białe koszule, ściągnięte szerokim jak u górali, skórzanym pasem, a czasem spinane góralską spinaką pod szyją. Kobiety nosiły aksamitne gorsety i spódnice, najczęściej w kolorze granatowym.

Łemkowie z Beskidu Niskiego i Sądeckiego nosili zupełnie odmienny strój. Mężczyźni wyróżniał tu długi płaszcz, zwany *czuchą*, z brązowego płótna, z charakterystycznym opadającym na plecy kołnierzem, do którego doszyte były długie frędzle. Pod spodem noszono krótkie granatowe kamizelki i białe koszule oraz białe spodnie. Kobiety miały cienkie białe koszule wyszywane kolorowo przy kołnierzu i mankietach, na które nakładały granatowe lub czarne gorsety z haftowanymi kwiatami. Perkalowe spódnice były ciemne i ozdobione naszytymi pionowo kolorowymi wstążkami. Na nogi zakładano kierpce.

☞ Ornament stroju Lachów, fot. P. Drożdżik

☞ Strój Lachów Podegrodzkich, fot. P. Drożdżik

☞ Krakowiaki, fot. D. Zaród

STROJE LUDOWE



Górale podhalańscy, żyjący u stóp tatrzańskich turni, do dziś dumni są ze swego pięknego, tradycyjnego stroju. Dlatego to właśnie na Podhalu najłatwiej zobaczyć regionalne ubiory ludowe. A jest na co popatrzeć! Kobiety przywdziewają misternie wykonane skórzane kierpce (płaskie buciki), a także kolorowe spódnice z płócienną zapaską i halką pod spodem. Lnianą koszulę ozdobioną białym haftem okrywa aksamitny gorset, czerwony lub czarny, często ozdobiony kolorowym haftem z motywem dziewięciosa lub leluji, tj. lilii złotogłów. Całość ozdabiają grube (koniecznie!) sznury koralu, a w razie zimna na wierzch zakłada się kozuchy. Górale przywdziewają białe koszule z ozdobną metalową spinką pod szyją, na którą zakłada się gunię (kamizelkę) lub chuchę (kurtkę z sukna), ozdobione haftami. Szeroki skórzany pas, za który w dawnych czasach wsuwno pistolety, podtrzymuje białe sukienne spodnie z haftowanymi parzenicami (ozdobny haft) i czarnym lampasem. Na nogi wsuwa się skórzane kierpce. Całość uzupełnia czarny filcowy kapelusz z muszelkami i piórkiem oraz ciupaga.



Górale pienińscy na białą koszulę zakładali jaskrawoniebieską kamizelkę, bogato zdobioną haftem, a do tego białe góralskie portki z parzenicami. Całości stroju dopełniał czarny kapelusz z paskiem imitującym sznur muszelek. Niedługo ubiorem wierzchnim były białe lub brązowe chuchy zdobione haftami. Tradycyjny strój kobiety był podobny do innych góralskich strojów damskich. Jego charakterystyczne elementy to: białe koszule z dużymi kołnierzykami zdobione haftem, na które nakładano czarny lub czerwony gorset, kwieciste spódnice, haftowane zapaski i kierpce.

Babiogórcy, zamieszkujący Zawoję i okolice, nosili białe spodnie, z o wiele skromniejszymi parzenicami, zaś okrycia wierzchnie, czyli gunie, były brązowe i długie aż do kolan. Kobiety przywdziewały granatowe spódnice z białym drobnym wzorem, popularna była też tzw. jadwiśka, czyli dopasowany kaftanik. Po drugiej stronie Babiej Góry, na Orawach, kobiety nosiły bluzeczki z krótszym rękawem, bo tylko do łokcia, za to z szeroką koronkową falbanką wokół mankietu i dekoltu. Chętnie przywdziewały też gorsety i spódnice z tego samego kwiecistego materiału. Mężczyźni, również tutaj noszący białe spodnie z parzenicami, na koszulę nakładali czarne kamizelki z białymi guziczkami i brązową gunię.

Górale spisy, zwani Spiszakami, mieszkają na Spiszu, na wschód od Podhala. Ich stroje bardzo się różnią nawet pomiędzy poszczególnymi wsiami. Lecz także i tu noszono białe spodnie z parzenicami, a do tego kamizelkę i sukmanę. Kobiety i dziewczęta przywdziewały białe bluzki, często z rękawami obszytymi haftem, i charakterystyczne gorsety z dekoltem wyciętym w ząb. Na nogi rzadko zakładały kierpce, wybierano raczej wysokie buty z cholewami.

👉 Kierpce, fot. P. Drożdżik

👉 Górale, fot. arch. UMMW

👉 Górale, fot. P. Drożdżik

👉 Element stroju góralskiego, fot. P. Drożdżik

TRADYCJE REGIONALNE



Tradycje regionalne

Lajkonik, a właściwie jego pochod, jest jedną z najbardziej znanych tradycji w stolicy Małopolski: Krakowie. Co roku, osiem dni po święcie Bożego Ciała, w dzielnicy Zwierzyniec na Rynek Główny ulicami miasta kroczy kolorowy konik na dwóch czerwonych nogach, z brodatym jeźdźcem dzierżącym buławę. Kto da mu okup, dostanie buławę po głowie, co przynosi szczęście na cały rok. Lajkonik, choć dziś to śmieszny przebieraniec, według legendy jest pamiątką po najazdach tatarskich, które w XIII w. sięgnęły aż do Krakowa.

Hejnał mariacki – piękna, wciąż żywa tradycja krakowska – także nawiązuje do najazdów tatarskich. Co godzinę strażak z wieży kościoła Mariackiego przy Rynku Głównym wygrywa na cztery strony świata charakterystyczną melodię na trąbce, z urwanym ostatnim tonem. Podobno, gdy pod miasto podchodzili wojownicy tatarscy, dostrzegł ich tylko strażnik-trębacz. Zagrał, aby zbudzić obrońców miasta, lecz nie dokończył melodii, bo zginął przeszyty tatarską strzałą...

Koronka z Bobowej. Piękną rękodzielniczą tradycją jest w Małopolsce szczególnego rodzaju koronczarstwo. W Bobowej od lat uprawia się od lat trudną sztukę koronki klockowej. Jest ona subtelniejsza i piękniejsza od powszechnych koronek szydełkowych. Kunszt ten budzi ogromny podziw i zachwyt dla pomysowości koronczarek. Podoba się tak bardzo, że w Bobowej odbywają się kursy koronczarskie, a z powodu ciągle żywej tradycji koronczarskiej co roku organizuje się tam Festiwal Koronki Klockowej.

Szopka Krakowska. W Krakowie istnieje niezwykła tradycja budowania tzw. szopek krakowskich, zapoczątkowana jeszcze u schyłku XIX w. przez murarzy z krakowskich przedmieść, którzy zimą, kiedy zamierał sezon murarski, szukali innych zajęć i źródeł zarobku. Od lat 30. XX w. w pierwszy czwartek grudnia urządza się konkurs takich szopek. Patronuje mu Muzeum Historyczne Miasta Krakowa. Rankiem, zwykle w lekiej mgiele, uczestnicy konkursu przynoszą swoje dzieła pod pomnik Mickiewicza na Rynku. Koniecznie muszą się w nich znaleźć elementy zabytkowej architektury Krakowa. Szopki można również podziwiać na pokonkursowej wystawie szopek krakowskich w Muzeum Historycznym Miasta Krakowa.

👉 Lajkonik, fot. R. Korzeniowski

👈 Szopki krakowskie, fot. D. Zaród

👉 Koronka klockowa, fot. arch. UMWM

👈 Szopka krakowska, fot. M. Zareba

TRADYCJE REGIONALNE



Konkurs na najpiękniej malowaną chatę jest organizowany w Zalipiu co roku w niedzielę po Bożym Ciele. Wkrótce po tym święcie warto udać się więc do tej małej wsi w okolicach Dąbrowy Tarnowskiej. Miejscowość ta słynie dzięki zrodzonej ponad sto lat temu tradycji ozdabiania domów barwnymi wzorami kwiatowymi na białym tle. Malowidła pokrywają ściany domostw, a także zabudowań gospodarczych (nawet studni i psich bud!), jak również wnętrza izb, sprzęty kuchenne i meble. Zalipianki przygotowują również haftowane stroje, narzuty, obrusy i wiele innych ozdób. Dzięki wspomnianemu konkursowi udaje się podtrzymać tę oryginalną tradycję zdobienia nie tylko w Zalipiu, ale i w kilku innych okolicznych wsiach.

Redyk, czyli uroczysty pochód pasterzy ze stadami owiec, wyrusza wiosną z podhalańskich wsi na dalekie, górskie polany (hale). Kiedy zima w górach ustępowała, a położone na nich pastwiska zaczynały się zielenić, bacia i jego pomocnicy, juhasi, zbierali od gospodarzy owce i ruszali ku halom. Zgodnie z karpacką tradycją pobyt na górskich łąkach zaczynał się w dzień św. Wojciecha (23 kwietnia) i trwał do św. Michała (29 września). Tradycyjnie najważniejszy redyk wyruszał z Ludźmierza, z sanktuarium „Gaździny Podhala”, gdzie następowało poświęcenie stad i pasterzy. Obecnie w sanktuarium ludźmierskim zawsze w okolicy 23 kwietnia organizowane jest Święto Bacowskie. Inny znany redyk odbywa się w Jaworkach koło Szczawnicy – mniej tradycyjnie, bo w lipcu. Towarzyszą mu liczne występy artystyczne, degustacje i konkursy. **Szlak Oscypkowy w Małopolsce** także nawiązuje do tradycji wypasu owiec na górskich łąkach i wyrobu smakołyków z mleka tych zwierząt. Trasa ta łączy 31 baczek, w których wytwarza się oscypki i inne przysmaki z owczego mleka (bryndzę, bundz, zentycę, redykołki). Owcze specjalności można kupić wprost od bacy, w szalasi na górskiej hali; wystarczy podążać za drogowskazami Szlaku Oscypkowego.

Baczki na szlaku znajdują się np. w Tatrach: w Kuźnicach i na Kalatówkach, w Zakopanym przy Drodze pod Regłami, w Dolinach Chochotowskiej i Kościeliskiej oraz na Polanie Rusinowej. Kolejne są na Podhalu (w Bustryku, na Baligówce, w Leśnicy, Gliczarowie Górnym, Białym Dunajcu, Nowym Targu obok lotniska, Ratułowice, Murzaszchlu oraz w Brzegach i Białce Tatrzańskiej pod Kotelnicą), w Gorcach (na Hali Długiej pod Turbaczem, na Zorymbku Wyżnym i w Kowańcu, a także w Koninie po północnej stronie Gorców), Pieninach (w Czorstynie i Jaworkach), na Spiszu (w Dursztynie, Łapszach Wyżnych i Niżnych), Orawie (pod Babią Górą w Zubrzyicy Górnej), a także w Beskidzie Sądeckim (w Wierchomli).

↪ Malowane kwiaty – Zalipie, fot. D. Zaród

↪ Redyk, fot. arch. UMWM

↪ Malowana chata w Zalipiu, fot. arch. UMWM

i Więcej informacji o szlaku można znaleźć na stronie: [@www.tatry.pl](http://www.tatry.pl), a z produkcją oscypka w przystępnej i zabawnej formie zapoznamy się na stronie: [@www.oscypek.wrotamalopolski.pl](http://www.oscypek.wrotamalopolski.pl).

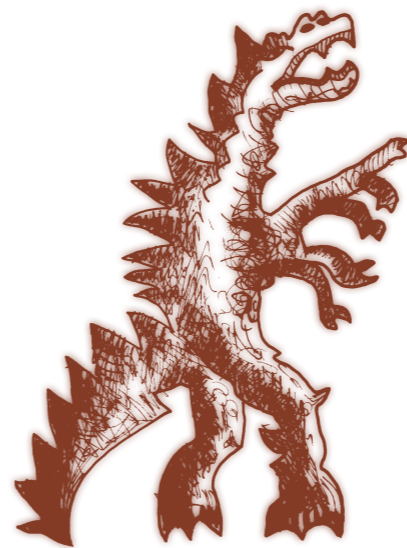
TRADYCJE REGIONALNE



| Kalendarium wybranych imprez regionalnych | | | | |
|--|---------------------|--------------------------|--|---|
| Nazwa imprezy | Miejsce | Termin | Strona internetowa | Opis |
| Karnawał Góralski | Bukowina Tatrzańska | luty | www.domludowy.pl | konkurs grup kolędniczych, popisy par tanecznych, konkurs tańca zbójnickiego, wyciągi specjalnych sań zwanych kumoterkami |
| Wielka Majówka Tatrzańska | Zakopane | 1–3 maja | www.tatry.pl | występy zespołów regionalnych w ramach Tatrzańskiego Przeglądu Dziecięcych Zespołów Regionalnych, redykcja, popisy kowali i cieśli |
| Święto Kwitnącej Jabłoni | Łącko | 1. poł. maja | www.swieto.lacko.org.pl | tradycyjna impreza w Łącku, centrum wielkiego regionu sadowniczego: prezentacja regionalnego folkloru i obyczajów |
| Święto Zabawki Ludowej | Stryżawa | przełom maja i czerwca | www.stryzawa.pl | święto związane z tradycjami zabawkarstwa ludowego w miejscowości i okolicach: konkursy na zabawkę ludową, występy zespołów folklorystycznych |
| Święto Soli | Wieliczka | początek czerwca | www.muzeum.wieliczka.pl | organizowane przez Muzeum Żup Krakowskich festyny i pokazy plenerowe związane z wydobyciem soli: pokazy metod pozyskiwania soli, warsztaty rzemieślników związanych z jej wydobyciem, sprzedaż solnych pamiątek w „jacie solnej” itp. |
| Wianki | Kraków | koniec czerwca | www.wianki.krakow.pl | wielka impreza plenerowa nawiązująca do obchodów Nocy Świętojańskiej: jarmark świętojański, koncerty plenerowe, konkurs wianków |
| Tatrzańskie Wici | powiat tatrzański | lipiec–początek września | www.tatry.pl | cykl plenerowych imprez folklorystycznych: m.in. parada zbójników „Harnasiowy Korowód”, inscenizacja góralskiego wesela, zawody dla baców i juhasów, wybory góralskiej miss itp. |
| Międzynarodowy Festiwal Dziecięcych Zespołów Regionalnych „Święto Dzieci Gór” | Nowy Sącz | koniec lipca | www.mcksokol.pl | tygodniowy przegląd zespołów z całego świata wraz z inauguracyjną paradą uczestników |
| Łemkowska Watra | Zdynia | III lub IV tydzień lipca | www.lemkounion.republika.pl | impreza gromadząca Łemków z całego świata: związane z kulturą Łemków koncerty, warsztaty, wystawy, spotkania z twórcami |
| Sabałowe Bajania | Bukowina Tatrzańska | połowa sierpnia | www.domludowy.pl | konkurs gawędziarzy, instrumentalistów, śpiewaków, družbów i starostów weselnych |
| Międzynarodowy Festiwal Folkloru Ziem Górskich | Zakopane | ostatni tydzień sierpnia | www.mffzg.pl | wielkie spotkanie konkursowe grup folklorystycznych z całego świata |
| Jesień Babiogórska | Zawoja | koniec września | www.zawoja.pl | występy zespołów regionalnych, powitanie redykcji wracającego z hal, targi sztuki ludowej i rękodzieła artystycznego |

◀ Święto Zabawki Ludowej w Stryżawie, fot. P. Drożdżik

LEGENDY



Legendy

Barwna i długa historia Małopolski znalazła swe odbicie w dziesiątkach legend i podań. Opowiadają one zarówno o wydarzeniach prawdziwych, z zamierzonej przeszłości regionu, jak i o zupełnie fantastycznych, wiązanych z wierzeniami ludowymi, a nawet dawnymi kultami pogańskimi. Opowieści i podania ludowe wyjaśniają znaczenie nazw miejscowych, nawiązują do odległych początków istnienia wsi czy miast. Wiele z nich objaśnia genezę dziwnych form ostańców skalnych, jakich nie brakuje w Małopolsce. Są też liczne podania i opowieści dotyczące życia małopolskich świętych i błogosławionych.

O księciu Kraku oraz strasznym smoku. Najbardziej znana krakowska legenda opowiada o legendarnym założycielu miasta, księciu Kraku, oraz o strasznym smoku, który mieszkał w jaskini pod wzgórzem wawelskim. Potwór pożerał bydło, a kiedy nie dostał na czas daniny ze zwierząt, porwał w zamian ludzi. Nikt nie mógł mu stawić czoła, nie dali mu rady nawet dzielni synowie Kraka. Lecz znalazł się sprytny szewczyk Skuba, który skórę baranią wypchał siarką i takiego „barana” postawił przed smoczą jamą. Potwór pożarł skórę z siarką: w jego trzewiach wybuchł pożar, który zwierzę chciał ugasić wodą z Wisły i wkrótce pękł z przepicia na drobne kawałki. (Inna wersja legendy wspomina, że to sam książę Krak pokonał bestię).

O rycerzach zamienionych w gołębie. Ciekawa opowieść wyjaśnia też, skąd wzięły się latające nad krakowskim rynkiem gołębie. Kiedy na książęcym tronie w Krakowie zasiadł książę Henryk IV Probus, zapragnął wyprawić się do papieża do Rzymu po koronę królewską. Nie miał jednak pieniędzy, więc z pomocą przyszła mu czarownica. Przemieniając jego drużynę rycerską w stado gołębi, obiecała, że junacy odzyskają ludzką postać, gdy książę wróci z koroną. Gołębie wydziobały z rynku kamyki, które zamieniły się w złote monety, lecz książę w drodze do Rzymu przehubał fundusze i nie dotarł do celu... A jego rycerze, przemienieni w gołębie, do dziś czekają na niego na krakowskim rynku.

O pierścieniu św. Kingi. W okolicach Krakowa, w Wieliczce i Bochni od setek lat wydobywana jest spod ziemi sól. Skąd się wzięły jej złoża? Wyjaśnia to piękna legenda. Kiedy królowna węgierska Kune-gunda (Kinga) miała przybyć do Krakowa, aby poślubić księcia Bolesława Wstydliwego, postanowiła ofiarować nowej swej ojczyźnie cenny dar. Do jednej z węgierskich kopalń soli wrzuciła zaręczynowy pierścienek. Po przybyciu do Małopolski nakazała kopać w miejscu, gdzie dziś znajduje się kopalnia soli w Wieliczce (według innej wersji legendy – tam, gdzie dziś działa kopalnia w Bochni). Ku zdumieniu wszystkich obecnych spod ziemi wydobyto bryłę soli z zatopionym w niej pierścieniem Kingi. W ten sposób królowna podarowała swym nowym poddanym sól.

O królu chłopów. Podobno król Kazimierz Wielki często w przebraniu nędzarza wędrował po wsiach, by poznać życie swoich najuboższych poddanych. Pewnego razu odzianego w łachmany wędrowca gościnnie przyjął biedny gospodarz. Chłop poskarżył się swemu gościowi, że nikt nie chce trzymać do chrztu jego nowo narodzonego synka. Wtedy „nędzarz” powiedział, że to on może zostać ojcem chrzestnym. Umówili się na spotkanie następnego dnia, by razem wyruszyć do kościoła. Kiedy nazajutrz pod drzwiami chaty zatrzymał się król na czele wspianego orszaku, gospodarz ze zdziwieniem rozpoznał w dostojnym władcy swego wczorajszego gościa. Król dotrzymał obietnicy, został ojcem chrzestnym dziecka i podarował mu trzosa pełen złotych monet.

O uśpionych rycerzach pod Tatrami. Gdy z Zakopanego spojrzeć na Tatry, zobaczy się majestatyczną sylwetkę góry Giewont. Przypomina ona profil śpiącego człowieka. To podobno rycerz lub król, którego zaklęta drużyna czeka w uśpieniu gdzieś w tajemnych grotach pod górą. Kiedy na świecie rozpanoszy się zbyt wiele zła (a w innej wersji opowieści – gdy nad Polską zawiśnie wielkie niebezpieczeństwo), Giewont wraz ze swym wojskiem przebudzi się i ruszy w bój.

↪ Smok Wawelski, rys. R. Kularska-Król

↪ Wieliczka – rzeźby, fot. arch. UMWM

ŚWIĄTECZNA MAŁOPOLSKA



Wielkanoc

Wielkanoc, czyli Uroczystość Zmartwychwstania Pańskiego, to najstarsze i największe święto chrześcijańskie, obchodzone na pamiątkę zmartwychwstania Jezusa Chrystusa. Współcześnie obchody świąt wielkanocnych wiążą się z dziesiątkami różnych obyczajów, tradycji i obrzędów, które swe korzenie mają nie tylko w chrześcijaństwie, ale i w wierzeniach pogańskich. Wiosenny termin, na który przypada Wielkanoc (zawsze w pierwszą niedzielę po pierwszej wiosennej pełni księżyca), sprawia, że ze świętem tym związanych jest wiele obrzędów i zwyczajów podkreślających zakończenie zimy i początek wiosny.

Niedziela Palmowa przypada na tydzień przed Wielkanocą, upamiętniając uroczysty wjazd Pana Jezusa do Jerozolimy. Tego dnia wierni udają się do kościołów z palmami lub bukietami bazi. Są one nie tylko pamiątką wydarzeń opisanych w Ewangelii, ale i wyrazem dawnych ludowych wierzeń, mówiących o odradzaniu się przyrody do życia wraz z końcem zimy i początkiem wiosny. Dlatego też Niedziela Palmowa zwana była również Niedzielą Kwietną lub Wierzbną. W ten dzień **Pucheroki**, czyli chłopcy przebrani w kozuchy obrócone futrem na wierzch, w stożkowych czapach ozdobionych kolorowymi bibułkami i z usmolonymi twarzami, chodzą rano po podkrakowskich wsiach, m.in. po **Zielonkach**, **Bibicach** czy **Trojanowicach**. Chłopcy śpiewają i życzą wesołych świąt, za co otrzymują drobne datki i świąteczne smakołyki. Obyczaj wywodzi się z dawnej tradycji zaków krakowskich, którzy obchodzili w ten sposób domy mieszczan krakowskich.

Wielki Tydzień, następujący po Niedzieli Palmowej, to czas oczekiwania na święta Wielkiej Nocy. Każdego dnia ma swą określoną symbolikę religijną, dlatego wielu wiernych udaje się w ciągu tego tygodnia codziennie na nabożeństwa do kościołów. Niezwykle uroczystą oprawę mają uroczystości Wielkiego Tygodnia w sanktuarium Grobu Bożego w **Miechowie**. W Niedzielę Palmową inscenizuje się tu procesję z Panem Jezusem na osiołku, w Wielki Wtorek nabożeństwo Drogi Krzyżowej odprawiane jest w procesji ulicami miasta, zaś wielkopiątkowa Droga Krzyżowa obchodzi kruzganki klasztoru Bożogrobców.

Misteria Męki Pańskiej w sanktuarium w **Kalwarii Zebrzydowskiej** gromadzą wielu pielgrzymów, a także coraz liczniejsze grupy turystów. Obrzędy rozpoczyna inscenizacja uroczystego wjazdu Pana Jezusa do Jerozolimy w Niedzielę Palmową. W Wielką Środę wieczorem odgrywane są m.in. wejście uczniów do świątyni, zdrada Judasza i posiedzenie Sanhedrynu. W Wielki Czwartek ma miejsce obrzęd obmycia nóg apostołom, a potem procesja do Ogrójca, pojmanie Chrystusa przez strażę i ucieczka apostołów do pałacu Kajfasza, gdzie następuje scena zaparcia się św. Piotra. Dalszy ciąg przedstawienia przypada na Wielki Piątek; inscenizacja kończy się w momencie skazania Chrystusa na śmierć krzyżową, po czym rozpoczyna się już tradycyjna Droga Krzyżowa. Na mniejszą skalę Misteria Męki Pańskiej odgrywane są również w klasztorze Bernardynów w **Alwerni**.

↪ Misterium Męki Pańskiej w Kalwarii, fot. P. Mierniczak

↪ ↪ Palmy wielkanocne w Lipnicy Murowanej, fot. arch. UMWM

ŚWIĄTECZNA MAŁOPOLSKA



Pisanki tradycyjnie przygotowywane są przed Wielkanocą. Skorupki jaj zabarwia się naturalnymi metodami i dekoruje różnorodnymi wzorami. Dla chętnych organizowane są nawet warsztaty zdobienia tradycyjnego pisanek; na zajęcia takie można wybrać się np. do Stryszawy (www.stryszawa.pl).

Wielka Sobota, ostatni dzień Wielkiego Postu poprzedzający Niedzielę Wielkanocną, to czas radosnego oczekiwania, połączony z poświęceniem pokarmów przygotowywanych na świąteczny stół. W całym regionie wierni zmierzają wówczas do kościołów, niosąc koszyki ze „święconką”. Nie może w nich zabraknąć pisanek, czyli symbolu nowego życia, i baranka z ciasta lub cukru, który symbolizuje umęczonego Chrystusa. Do koszyka wkłada się też po kawałku każdej wędliny przygotowanej na święta, szczyptę soli i kromkę chleba.

Niedzielę Wielkanocną rozpoczyna **uroczyste śniadanie**, na które podaje się wszystkie przysmaki z koszyczka ze „święconką”. Spożywanie poświęconych pokarmów to nawiązanie do wiecznego życia, jakie wiernym daje zmartwychwstały Jezus. Z kolei podczas świątecznego obiadu można delektować się takimi potrawami jak żurek na serwatce czy zupa chrzanowa. Często na małopolskich stołach pojawia się zaprawiony śmietaną barszcz z białą kielbasą, przygotowany na wywarze z wędzonki.

Lany poniedziałek, czyli **Śmigus-Dyngus**, drugi dzień świąt wielkanocnych, to czas, w którym tradycyjnie dziewczęta mogły być oblane wodą przez czyhających na nie chłopców. Tradycja ta jest echem zwyczajów pogańskich wiążących się z symbolicznym wiosennym oczyszczaniem z brudu i chorób. Inną tradycją jest **Siuda Baba**, czyli mężczyzna przebrany za kobietę, z różańcem z ziemiaków w ręce i twarzą wysmarowaną sadzą. Grasuje on w okolicach **Wieliczki** właśnie w lany poniedziałek, krążąc pod kościołem w towarzystwie usmolonego Cygana z batem. Tradycja ta ma swe korzenie w legendzie o pogańskiej świątyni bogini Ledy w Lednicy Górnej koło Wieliczki. Płonął w niej święty ogień, który podtrzymywać miała kapłanka, pełniąca swą funkcję przez rok. Potem, usmolona od siedzenia przy ogniu, szukała po domach dziewczicy, która mogłaby ją zastąpić. Dziś też Siuda Baba szuka dziewcząt, lecz po to, by wykupiły się pieniążkiem albo pocałunkiem, co kończy się obowiązkowym umorusaniem sadzą...

↵ Wielkanocna tradycja, fot. P. Drożdżik

↵ Wielkanocny stół, fot. M. Flis

↵ Pisanki, fot. iStockphoto.com

ŚWIĄTECZNA MAŁOPOLSKA



Boże Narodzenie

Boże Narodzenie, przypadające na 25 i 26 grudnia, to jedno z najważniejszych świąt chrześcijańskich obchodzone dla uczczenia wcielenia (narodzenia) Jezusa Chrystusa. W polskiej tradycji Boże Narodzenie to najpiękniejsze i najbardziej rodzinne święto w roku. Wiąże się z nim wiele zwyczajów, m.in. w domu nie może zabraknąć wówczas pięknie przystrojonej choinki, dzielenia się opłatkiem i składania sobie życzeń, kolędowania i prezentów.

Choinka, zdobiąca domy w święta Bożego Narodzenia, jest wcześniej przystrajana m.in. barwnymi bombkami i łańcuchami. W wieczór wigilijny układa się pod nią prezenty dla bliskich, które w Małopolsce zgodnie z tradycją przynosi Aniołek, a nie św. Mikołaj czy Gwiazdor, jak w innych regionach kraju.

Wieczera wigilijna to okazja, na którą raz w roku przyrządza się specyficzne jarskie potrawy. Tradycyjnie powinno ich być co najmniej dwanaście. Nie może zabraknąć barszczu z uszkami z nadzieniem grzybowym lub zupy z suszonych grzybów. Na stół wigilijny koniecznie powinien zawitać smażony karp, najlepiej zatorski. Tradycyjną potrawą jest też kapusta kiszona z grochem lub z grzybami. Na deser jada się mak z bakaliami, kluski z makiem, kompot z suszu i różne ciasta.

Kolędy to kolejna tradycja związana z Bożym Narodzeniem. Śpiewa się je w domach i kościołach. Można ich także posłuchać w wykonaniu kolędników, czyli grup przebierańców chodzących od domu do domu i śpiewających kolędy oraz pastoralki. Najczęściej pośród przebierańców pojawia się turoń, dziwaczna postać z głową kozy lub barana. Na czele kolędników podąża gwiazdor, niosący wielką gwiazdę z papieru. W pochód wyruszają za nim inne postacie: Trzej Królowie, Żyd, Cygan, muzykanci... Za śpiewanie otrzymują datki, a jeśli ich nie dostana, często psocą!

Pasterka to uroczysta msza św. odprawiana o północy w nocy z 24 na 25 grudnia. Udział w niej jest jednym z najważniejszych elementów świętowania Bożego Narodzenia. Krakowscy mieszczanie tradycyjnie udawali się na pasterkę do najważniejszej miejskiej świątyni, czyli kościoła Mariackiego przy Ryнку Głównym.

↪ Rynek Główny w Krakowie – świąteczny kiermasz, fot. M. Zaręba

↪ Ozdoby świąteczne, fot. M. Zaręba

↪ Choinka, fot. A. Pilch-Ziobroń

ŚWIĄTECZNA MAŁOPOLSKA



| Imprezy i tradycje świąteczne | | | | |
|-------------------------------|--|--|-----------------------------|---|
| Święto | Nazwa imprezy | Opis imprezy | Miejsce | Data |
| Wielkanoc | Targi Wielkanocne | To okazja do kupna wielkanocnych przysmaków, takich jak babki drożdżowe i piaskowe oraz mazurki o różnych smakach | Kraków (Rynek Główny) | marzec/kwiecień (tydzień przed Wielkanocą) |
| Wielkanoc | Wielkanocny Małopolski Smak | Impreza organizowana w ramach Małopolskiego Festiwalu Smaku daje sposobność, by spróbować żurku wielkanocnego na serwatce, zupy chrzanowej, wielkanocnych jaj na różne sposoby, kielbas (wiejskiej, krakowskiej suchej, myśliwskiej), a także miódów i nalewek | Kraków | marzec/kwiecień (tydzień przed Wielkanocą) |
| Wielkanoc | Konkurs na najwyższą palmę | Konkurs przyciąga tłumy, a rekordowe palmy, zdobne w kolorowe wstążki i przybrane zielonymi kwiatami i gałązkami, osiągają nawet 30 m wysokości | Lipnica Murowana | marzec/kwiecień (Niedziela Palmowa) |
| Wielkanoc | Jezusek Palmowy | Figurę Chrystusa na osiołku, wiezioną na drewnianym wózku, można zobaczyć w procesji, która na pamiątkę uroczystego wjazdu Pana Jezusa do Jerozolimy, przechodzi przez podmyślenicką wieś Tokarnia | Tokarnia | marzec/kwiecień (Niedziela Palmowa) |
| Wielkanoc | Misteria Paschalia | Festiwal muzyki klasycznej, poświęcony sławnym kompozytorom okresu baroku, ściśle związany tematycznie z okresem Wielkiego Tygodni i świętami Wielkanocnymi | Kraków | marzec/kwiecień (Wielki Tydzień) |
| Wielkanoc | Emaus | Tradycyjny odpust nawiązujący do wędrowki Pana Jezusa do miasteczka Emaus zaraz po zmartwychwstaniu. Na straganach, pod klasztorem Norbertanek lub przy kościele Najświętszego Salwatora, kupić można wówczas m.in. charakterystyczne drewniane figurki kiwających się Żydów | Kraków (dzielnica Salwator) | marzec/kwiecień (poniedziałek wielkanocny) |
| Wielkanoc | Rękawka | Odpust organizowany w Krakowie koło kościoła św. Benedykta oraz pod kopcem Krakusa. Ten pradawny obyczaj ma pochodzenie pogańskie i związany był z kultem przodków | Kraków (dzielnica Podgórze) | marzec/kwiecień (pierwszy wtorek po Wielkanocy) |
| Boże Narodzenie | Konkurs na najpiękniejszą szopkę krakowską | Twórcy stają ze swymi dziełami na stopniach pomnika Adama Mickiewicza na krakowskim Rynek Głównym, po czym w pochodzie przechodzą do pałacu Pod Krzysztofory, gdzie po trzech dniach jury ogłasza wyniki konkursu, a wszystkie szopki wystawiana są na wystawie trwającej aż do końca stycznia | Kraków (Rynek Główny) | pierwszy czwartek grudnia |
| Boże Narodzenie | Kiermasz Bożonarodzeniowy | Można na nim kupić różne ozdoby świąteczne, prezenty i przysmaki wigilijne | Kraków (Rynek Główny) | grudzień |
| Boże Narodzenie | Małopolski Wigilijny Smak | Festiwal potraw i specjalów bożonarodzeniowych to okazja do skosztowania wielu spośród małopolskich świątecznych smakołyków | Kraków (Rynek Główny) | grudzień |
| Boże Narodzenie | Festiwal Anioł w Miasteczku | Kameralna impreza tematycznie osnuta jest wokół aniołów. Składają się na nią: jarmark, widowiska artystyczne i wystawy sztuk plastycznych o aniołach, koncerty | Lanckorona | połowa grudnia |
| Boże Narodzenie | Podhalański Konkurs Kolęd, Pastoralek i Pieśni Zimowych | Konkurs podtrzymuje tradycje wędrowek koledników i jest okazją do posłuchania wielu pięknych kolęd | Nowy Targ | połowa grudnia |

◀ Lanckorona, fot. A. Otrębski

REGIONALNE PYSZNOŚCI



Regionalne pyszności

Smakowanie Małopolski najlepiej zacząć od sera, który zachwycił smakoszy w całej Europie, czyli od **oscypka**. Kruchy i delikatny, pachnący wonnym dymem specjalnie dobranego drewna i górskimi łąkami, powstaje z owczego mleka tylko w polskich górach. Skosztować też trzeba **bryndzy podhalańskiej**, czyli miękkiego i świeżego sera o ostrym, specyficznym smaku.

Wiele oryginalnych potraw i wyrobów kulinarnych pochodzi z samego Krakowa. W stolicy Małopolski trzeba spróbować **żurku po krakowsku** czy **barszczu czerwonego**. Krakowscy piekarze wypiekają zwinęte spiralnie w kształcie pierścienia, posypane makiem, solą lub sezamem **obwarzanki** i złociste, chrupiące **precelki**; zwłaszcza te pierwsze mogą uchodzić za symbol miasta. Mniej znany jest **chleb prądnicki**, choć piecze się go w okolicy Krakowa co najmniej od XV w. A chleb to nie byle jaki: prawdziwy bochenek prądnicki ma metr długości i waży nawet ponad 10 kilogramów! Inne krakowskie wyroby piekarskie to okrągłe, pokryte śmietankowo-kremową warstwą lukru i przełożone warstwą marmolady owocowej **ciasteczka wyśmienite** i **bajgle z Kazimierza**, czyli bułki z wyraźną dziurą w środku, posypane np. czarnuszką, kminkiem, makiem, solą.

Oryginalne wyroby piekarnicze to nie tylko specjalność krakowska: każdy smakosz zachwyci się drożdżowym **jodłowniczym kołaczem z serem**, posypanym kruszonką **kołaczem jurajskim** czy podłużną pszenną bułeczką – **kukiełką lisiecką**. Głód zaspokoją owalny, posypany zgniecionymi ziarnami pszenicy **chleb żarnowcy Łomnej** lub **chleb jurajski**, który dzięki dodatkowi płatków ziemniaczanych długo utrzymuje świeżość. Nikogo nie trzeba przekonywać o tym, że świeże pieczywo najlepiej smakuje z miodem, gdy skórka i miękkie wnętrze nasiąkną słodyczą, pochodzącą z górskich pasiek. To tam, pośród borów jodłowych i świerkowych, powstają najlepsze **miody spadziowe** (małopolski i sądecki).

Do produktów regionalnych zaliczane są również **sól wielicka**, **lody nowotarskie** czy sławny, wzmacniający organizm **balsam kapucyński**. Spośród serów i wyrobów nabiałowych wymienić trzeba, prócz oscypka i bryndzy, takie przysmaki jak: **redykołka** (wędzony serek w kształcie zwierzątek, serca lub wrzeciona), **żentyca** (serwatka z owczego mleka), **ser gazdowski** (tzw. gołka, pucok lub kara; ser wyrabiany w całości z mleka krowiego) i **bundz** (łagodny, lekko kwaśny i orzechowy ser w kształcie bochenka). Napoje reprezentują mocne trunki – produkowane ze śliwek **śliwowica łącka** i **wyborna**, a także przygotowywane na bazie owoców jarzębiny **jarzębiak izdebnicki** i słodka **jarzębinka**.

Do najciekawszych wędlin należy **kiełbasa lisiecka**, wyrabiana w Liszkach i Czernichowie pod Krakowem. Powinna być przyrządzana z najlepszej wieprzowiny i wędzona aromatycznym dymem ze specjalnie dobranego drewna owocowego. Z mięs do produktów regionalnych zaliczono także **tuszki gęsi zatorskich** i **jagnięcinę podhalańską**.

Warte spróbowania są owoce i warzywa, takie jak **charsznicka kapusta kwaszona**, **fasola „Piękny Jaś”** z doliny Dunajca, **lukowicka śliwka suszona** oraz **suska sechłońska**, czyli inny rodzaj suszonej śliwy. Z Małopolski pochodzą też tradycyjne odmiany **jablek z Raciechowic** oraz **łącka**.

I wreszcie na końcu specjal szczególnie: **karp zatorski**, z okolic Zatora, gdzie już od XII w. hoduje się ryby w licznych stawach w „Dolinie Karpi”.

👉 Bryndza, fot. M. Flis

👉 Krakowskie precele, fot. M. Flis

👉 Oscypki, fot. P. Drożdżik



REGIONALNE PYSZNOŚCI



Przepisy kulinarne

Pierogi

Ciasto: 50 dkg mąki, 1 jajko, 1,5 dkg masła, 250 ml ciepłej wody, szczypta soli
 Farsz (pierogi mogą mieć różne nadzienia, wyborne smakują na słodko z owocami, np. z truskawkami czy jagodami, ale smakoszy zachwycają także w wytrawnej wersji, np. z kapustą i z grzybami, z mięsem albo – tak jak opisano poniżej – z kaszą gryczaną i bundzem): 25 dkg bundzu, 25 dkg kaszy gryczanej, 2 cebule, 1,5 dkg smalcu, 10 dkg boczku, sól, pieprz, majeranek

Przygotować farsz: kaszę ugotować na sypko, dodać rozgnieciony widelcem ser i drobno pokrojony, smażony z cebulą boczek, doprawić solą, pieprzem i majerankiem, wymieszać. Przygotować ciasto: mąkę połączyć z połową wody i roztopionym masłem, dodać jajko i wyrabiać ciasto, dolewając resztę wody. Ciasto rozwałkować, wyciąć krążki. Na każdy nakładać porcję farszu, potem zlepić brzegi ciasta. Pierogi gotować 8 min we wrzącej, osolonej wodzie.



Charynski bigos

2 kg świeżej białej kapusty, 2 kg charynskiej kapusty kiszzonej, 1 l esencjonalnego bulionu na wędzonych żeberkach, 1 kg mięsa wieprzowego lub dziczyzny, 50 dkg kielbasy myśliwskiej, 50 dkg boczku wędzonego, kilka suszonych grzybów leśnych, 30 dkg cebuli, 50 dkg winnych jabłek (szare renety lub antonówki), suszone śliwki, ziele angielskie, pieprz czarny niezmielony, sól, liść laurowy, kminek, jałowiec, tymianek, majeranek, 0,5 l czerwonego wina wytrawnego

Posiekaną kapustę świeżą i kiszoną dodajemy do bulionu razem z obranym i pokrojonymi w kostkę jabłkami. Mięso na bigos może być pieczone lub gotowane, kielbasę wystarczy pokroić. Mięso przesmażamy z wędzonym boczkiem i posiekaną cebulą. Namoczone (najlepiej dzień wcześniej) grzyby kroimy i krótko gotujemy. Następnie mięsa, kielbasę i grzyby wraz z wywarem dodajemy do kapusty, przyprawiamy ziołami i solą, a całość dusimy przez 2–3 godz. W trakcie duszenia bigosu stopniowo podlewamy niewielkimi porcjami wina. (Duszenie bigosu może trwać z przerwami nawet kilka dni: codziennie po 1–2 godz. duszenia, a pomiędzy tymi „sesjami” bigos najlepiej przechowywać w chłodnym miejscu, a nawet lekko zamrozić. Bigos jest gotowy już po pierwszym dniu, ale im dłużej go dusimy, tym jest lepszy!)



Moskole

1 kg ziemniaków, 1 szklanka maślanki lub kwaśnego mleka, ½ kg mąki, sól

Ziemniaki ugotować w mundurkach, obrać, zmielić. Do masy dodać mąkę, maślanke i sól do smaku. Wyrobić na stolnicy ciasto, rozwałkować i formować owalne placki o grubości ok. 1 cm. Piec z obu stron na wolnym ogniu na blasze lub na patelni z grubym dnem. Najlepiej podawać na ciepło z masłem czosnkowym, bundzem lub bryndzą.

Kołacz jodłownicki

Ciasto: 35 dkg mąki, 0,33 l mleka, 10 dkg tłuszczu, sól, cukier, 2 dkg drożdży
 Masa serowa: 20 dkg twarogu, 3 jajka, 3 łyżki cukru, 1 łyżka mąki kartoflanej, aromat

Przygotować masę serową: wymieszać zmielony twaróg z cukrem, jajkami i mąką. Przygotować ciasto: zrobić rozczyń z drożdży, ciepłego mleka i części mąki, pozostawić go do wyrośnięcia, by podwoił objętość. Potem dodać resztę mąki, sól, cukier, ponownie wyrobić ciasto i uformować okrągły placek o wysokości 3–4 cm, grubszy na brzegach. Posmarować go masą serową, posypać rodzynkami. Piec w temperaturze 190°C przez 40–50 min.

- ☞ Pierogi, fot. M. Zaręba
- ☞ Moskole, fot. M. Zaręba
- ☞ Kołacz jodłownicki, fot. arch. UMWM
- ☞ Specjały benedyktyńskie, fot. P. Drożdżak

REGIONALNE PYSZNOŚCI



Kalendarium imprez kulinarnych

| Nazwa imprezy | Miejsce | Termin | Strona internetowa | Opis |
|--|--|--------------------------|--|--|
| Małopolski Festiwal Smaku – kiermasze półfinałowe | Kraków, Tarnów, Nowy Sącz, Miechów, Oświęcim, Zakopane lub Nowy Targ | czerwiec – lipiec | www.smak.malopolska.pl | kiermasz i konkurs produktów i potraw tradycyjnych, regionalnych i ekologicznych |
| Wielkanocny Małopolski Smak | Kraków | tydzień przed Wielkanocą | www.smak.malopolska.pl | kiermasz potraw i specjalów świątecznych, związanych z Wielkanocą, odbywający się równocześnie z Targami Wielkanocnymi na Rynku Głównym |
| Święto Kwitnących Sadów | Łososina Dolna | początek maja | www.lososina.pl | festyn lotniczy połączony z występami artystycznymi oraz pokazami lotniczymi |
| Święto Kwitnącej Jabłoni | Łącko | połowa maja | www.swieto.lacko.org.pl | prezentacja kuchni regionalnych i tradycyjnych wyrobów owocowych, przede wszystkim sławnego, bardzo mocnego trunku: śliwownicy łąckiej |
| Święto Owocobrania | Łącko | maj | www.owocobranie.lacko.org.pl | prezentacja dorobku kulturalnego i plonów połączona z występami zespołów folklorystycznych |
| Święto Chleba | Kraków | czerwiec | www.smak.malopolska.pl | kiermasz tradycyjnych wyrobów piekarniczych, połączony z półfinałem Małopolskiego Festiwalu Smaku |
| Rajskie Święto Truskawki | Rajbrot | początek czerwca | www.lipnicamurowana.pl | okolice Rajbrotu to prawdziwe zagłębie truskawkowe: podobno stąd pochodzą najlepsze owoce w Polsce, z których wyrabia się mnóstwo przysmaków; można ich spróbować właśnie podczas tego święta |
| Święto Soli | Wieliczka | czerwiec | www.muzeum.wieliczka.pl | impreza w wielickim Muzeum Żup Krakowskich; wystawy, prelekcje i pokazy związane z solą |
| Targ Benedyktyński | Kraków | 2. poł. czerwca | www.benedicite.pl | prezentacja smakołyków wyrabianych przez mnichów z krakowskiego klasztoru benedyktynów; kiermasz, konkursy, gawędy |
| Święto Karpia | Zator | 1. poł. lipca | www.okzator.com , www.dolinakarpia.org | jedna z wielu imprez Festiwalu Doliny Karpia organizowana w Zatorze, centrum regionu Doliny Karpia, gdzie można spróbować przyrządzanych na dziesiątki sposób karpia i innych ryb z tutejszych stawów |
| Biesiada u Bartnika | Stróże | 1. poł. lipca | www.bartnik.pl | niewpowtarzalna okazja, by spróbować wyśmienitych miodów i wyrobów przygotowanych z ich dodatkiem |
| Góralskie Jadło | Łopuszna | połowa lipca | www.tischnerowka.pl | konkurs potraw regionalnych z Podhala; możliwość degustacji różnorodnych specjalów góralskich, przyrządzanych przez miejscowe gospodynie |
| Święto Borówki | Zubrzyca Górna | 2. poł. lipca | www.orawa.eu | impreza etnograficzno-folklorystyczna organizowana przez Orawski Park Etnograficzny |
| Małopolskie Święto Czosnku | Prandocin | 2. poł. lipca | www.mgck.slomniki.pl | okolice wsi Słomniki i Radziemice to miejsce, gdzie tradycyjnie uprawia się czosnek; święto czosnku to okazja, by spróbować potraw przyrządzanych z jego dodatkiem, takich jak zupy czosnkowe, prosie z czosnkiem, sałatki, kielbasy |

◀ Święto Chleba, fot. M. Zaręba

REGIONALNE PYSZNOŚCI



| | | | | |
|--|---------------|--|--|--|
| Kociołek Galicyjski | Nowy Sącz | 2. poł. lipca | www.sp9.nowysacz.pl | konkurs kulinarny, degustacje i kiermasz produktów regionalnych |
| Święto Pstrąga | Biały Dunajec | koniec lipca | www.bialydunajec.com.pl | możliwość spróbowania specjalów przyrządzanych ze świeżych pstrągów w ramach konkursu na najlepszą potrawę z tej ryby |
| Święto Misia, Miodu i Bartników | Poronin | połowa sierpnia | www.poronin.pl | konkursy miodów i wyrobów z miodu |
| Festiwal Pierogów | Kraków | połowa sierpnia | | konkurs na najsmaczniejsze pierogi, przygotowywane przez krakowskich restauratorów, związany z tradycją lepienia pierogów na święto Matki Boskiej Zielnej (15 sierpnia) |
| Małopolski Festiwal Smaku – finał | Kraków | ostatni weekend sierpnia | www.smak.malopolska.pl | |
| Borzęckie Święto Grzyba | Borzęcin | ostatni weekend sierpnia | www.borzecin.pl | w ramach gminnego święta, Dni Borzęcina, organizowany jest również konkurs gospodarstw agroturystycznych na najlepszą potrawę z grzybów: okoliczne rozległe lasy znane są z licznie występujących różnych gatunków jadalnych grzybów |
| Krakowskie Miodobranie | Kraków | 1. poł. września | www.krakow.pl | święto pszczelarzy na krakowskim placu Wolnica; kiermasz produktów pszczelarskich i wykłady tematyczne |
| Święto Suszonej Śliwki | Dobrociesz | 1. poł. września | www.sliwka.iwkowa.pl | targi produktów regionalnych wraz z konkursem na najlepszą potrawę z dodatkiem suszonych śliwek |
| Święto Jabłka i Gruszki | Czasław | 2. poł. września | www.raciechowice.pl | impreza nawiązująca do tradycji sadowniczych gminy Raciechowice, prezentacje kuchni regionalnej i liczne konkursy |
| Charsznickie Dni Kapusty | Charsznica | 2. niedziela września | www.charsznica.info | impreza w miejscowości słynącej z upraw kapusty; można tu spróbować m.in. lokalnego specjału, tj. charsznickiego bigosu |
| Święto Fasoli | Zakliczyn | wrzesień | www.zakliczyn.iap.pl | to festiwal potraw z fasoli, uprawianej w okolicach, przyrządzanych przez festiwalowych gości, w tym zapraszanych także z zagranicy |
| Dzień Ziemniaka | Bogucin Duży | połowa września | www.gmina-klucze.pl | wszystko spod znaku ziemniaka: ziemniaki pieczone, duszone, gotowane, na zimno, na gorąco, w sałatkach, ciastach, zupach... |
| Wielkie Żniwa Karpiove | Zator | 1. poł. października | www.dolinakarpia.org | konkursy na najlepszy produkt regionalny, degustacja przysmaków z Doliny Karpia i pokazowe połowy ryb |
| Festiwal „Ziemniaki po cabańsku” | Chrzanów | 2. poł. października | www.powiat-chrzanski.pl | ziemniaki prażone „po cabańsku” to regionalny specjał z ziemi chrzanowskiej, a festiwal to najlepsza okazja, by spróbować wielu odmian i wariantów tej oryginalnej potrawy |
| Wigilijny Małopolski Smak | Kraków | tydzień przed świętami Bożego Narodzenia | www.smak.malopolska.pl | kiermasz potraw i przysmaków bożonarodzeniowych podczas targów świątecznych na Rynku Głównym |

◀ Festiwal Pierogów, fot. J. Michalczak

KRAKÓW

InfoKraków, ul. Powiśle 11, 31-101 Kraków
☎+48 513 099 688,
it.krakow@msit.malopolska.pl

InfoKraków, ul. Św. Jana 2, 31-018 Kraków
☎+48 12 421 77 87

InfoKraków, Os. Słoneczne 16,
31-958 Kraków
☎+48 12 643 03 03

InfoKraków, ul. Józefa 7, 31-056 Kraków
☎+48 12 422 04 71

InfoKraków Sukiennice,
Rynek Główny 1/3, 31-042 Kraków
☎+48 12 433 73 10

InfoKraków Sanktuarium w Łagiewnikach,
ul. Siostry Faustyny 3, 30-608 Kraków
☎+48 12 263 60 64

InfoKraków, ul. Szpitalna 25,
31-024 Kraków
☎+48 12 432 01 10

InfoKraków Pawilon Wyspiański,
pl. Wszystkich Świętych 2, 31-004
☎+48 12 616 18 86

InfoKraków Międzynarodowy Port
Lotniczy w Balicach, 32-083 Balice
☎+48 12 285 53 41

MYŚLENICE

Rynek 27, 32-400 Myślenice
☎+48 12 272 23 12,
it.myslenice@msit.malopolska.pl

WIŚNIOWA

Wiśniowa 301, 32-412 Wiśniowa
☎+48 12 271 44 93,
it.wisniowa@msit.malopolska.pl

DOB CZYCE

ul. Podgórska 1, 32-410 Dobczyce
☎+48 12 271 01 53,
it.dobczyce@msit.malopolska.pl

OLKUSZ

ul. Floriańska 8, 32-300 Olkusz
☎+48 32 72 43 282,
it.olkusz@msit.malopolska.pl

MIECHÓW

Plac Kościuszki 1A, 32-200 Miechów
☎+48 41 383 13 11,
it.miechow@msit.malopolska.pl

TARNÓW

Rynek 7, 33-100 Tarnów
☎+48 14 688 90 90,
it.tarnow@msit.malopolska.pl

TUCHÓW

ul. Chopina 10, 33-170 Tuchów
☎+48 14 652 54 36,
it.tuchow@msit.malopolska.pl

DĄBROWA TARNOWSKA

ul. Polna 13, 33-200 Dąbrowa Tarnowska
☎+48 14 657 00 07, it.dabrowa-
tarnowska@msit.malopolska.pl

WADOWICE

ul. Kościelna 4, 34-100 Wadowice
☎+48 33 873 23 65, it.wadowice@msit.
malopolska.pl

ANDRYCHÓW

Rynek 27, 34-120 Andrychów
☎+48 33 842 99 36,
it.andrychow@msit.malopolska.pl

SUCHA BESKIDZKA

ul. Zamkowa 1, 34-200 Sucha Beskidzka
☎+48 33 874 26 05,
it.sucha-beskidzka@msit.malopolska.pl

OŚWIĘCIM

ul. St. Leszczyńskiej 12, 32-600 Oświęcim
☎+48 33 843 00 91,
it.oswiecim@msit.malopolska.pl

CHRZANÓW

Aleja Henryka 40, 32-500 Chrzanów
☎+48 32 623 20 44,
it.chrzanow@msit.malopolska.pl

TRZEBINIA

ul. Kościuszki 74, 32-540 Trzebinia
☎+48 32 612 14 97,
it.trzebinia@msit.malopolska.pl

ZAKOPANE

ul. Kościeliska 7, 34-500 Zakopane
☎+48 18 201 20 04,
it.zakopane@msit.malopolska.pl

PORONIN

ul. Józefa Piłsudskiego 2, 34-520 Poronin
☎+48 18 207 42 98,
it.poronin@msit.malopolska.pl

WITÓW

Witów 239A, 34-512 Witów
☎+48 18 207 18 98,
it.witow@msit.malopolska.pl

BIAŁY DUNAJEC

ul. Jana Pawła II 363, 34-425 Biały Dunajec
☎+48 18 200 16 90,
it.bialy-dunajec@msit.malopolska.pl

BIAŁKA TATRZAŃSKA

ul. Śródkowa 16, 34-405 Białka Tatrzańska
☎+48 18 533 19 59,
it.bialka-tatrzańska@msit.malopolska.pl

NOWY TARG

Rynek 1, 34-400 Nowy Targ
☎+48 18 266 30 36,
it.nowy-targ@msit.malopolska.pl

RABKA-ZDRÓJ

ul. Parkowa 2, 34-700 Rabka-Zdrój
☎+48 18 269 15 53,
it.rabka-zdroj@msit.malopolska.pl

NOWY SĄCZ

ul. Szwedzka 2, 33-300 Nowy Sącz
☎+48 18 444 24 22,
it.nowy-sacz@msit.malopolska.pl

KRYNICA-ZDRÓJ

ul. Zdrojowa 4/2, 33-380 Krynica-Zdrój
☎+48 18 472 55 77,
it.krynica-zdroj@msit.malopolska.pl

LIMANOWA

Rynek, 34-600 Limanowa
☎+48 18 337 58 00,
it.limanowa@msit.malopolska.pl

BIECZ

Rynek 1, 38-340 Biecz
☎+48 13 447 92 47,
it.biecz@msit.malopolska.pl

SĘKOWA

Siary 19, 38-307 Sękowa
☎+48 18 351 87 70,
it.sekowa@msit.malopolska.pl



msiit

Mapa Małopolski skala 1 : 850 000





MAŁOPOLSKA

- 8 obiektów UNESCO
- 250 obiektów na Szlaku Architektury Drewnianej
- Wadowice – rodzinne miasto papieża Jana Pawła II
- Kopalnie soli w Bochni i Wieliczce
- 9 miejscowości uzdrowiskowych
- 6 parków narodowych
- 4 baseny geotermalne
- Spływ przełomem Dunajca
- 2600 km szlaków rowerowych
- 3360 km szlaków górskich
- 250 tras narciarskich

www.visitmalopolska.pl



PROGRAM
REGIONALNY
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



Małopolska



UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI FUNDUSZ
ROZWOJU REGIONALNEGO

Projekt współfinansowany przez Unię Europejską w ramach
Małopolskiego Regionalnego Programu Operacyjnego na lata 2007–2013